

# WARTA

## Ternyata Ini Tujuan Prajurit Kodim Wonogiri Laksanakan Tes Kesamaptan Jasmani

Pardal Riyanto - [SURAKARTA.WARTA.CO.ID](http://SURAKARTA.WARTA.CO.ID)

Oct 19, 2022 - 13:39



WONOGIRI - Kodim 0728/Wonogiri menggelar kegiatan tes Kesamaptan Jasmani Periodik II TA 2022. Kegiatan yang berlangsung di Stadion Pringgodani tersebut, diikuti oleh seluruh personel TNI Kodim 0728/Wonogiri baik Perwira, Bintara dan Tamtama, Rabu(19/10).

Dandim Letkol Inf Deny Octavianto melalui Pj PasiPers Kapten Cpm Suparmin mengatakan, tes Kesamaptaan Jasmani yang dilaksanakan setiap enam bulan sekali, merupakan salah satu sarana untuk mengetahui tingkat kebugaran, serta kemampuan fisik yang dimiliki masing-masing prajurit.

Selaku Koordinator lapangan Kapten Cpm Suparmin menambahkan, Tes Kesamaptaan Jasmani pada Periodik II tahun 2020 dilaksanakan dua hari.

“ Untuk hari pertama dilaksanakan kesamaptaan A yakni lari selama 12 menit dan kesamaptaan B yang meliputi Pull Up, Sit Up, Lunges, Push Up, serta Shuttle Run. Sedangkan hari Kedua melaksanakan tes renang ”, terangnya.

Dalam pelaksanaan Tes Kesemaptaan jasmani ini wajib dilakukan oleh setiap Prajurit, karena hal ini merupakan tolak ukur prajurit dalam mendukung tugas pokok dan kelengkapan administrasi.

“ Prajurit, terutama yang berdinasi di satuan kewilayahan, harus pandai mengatur waktu untuk melakukan pembinaan fisik masing-masing dan tugas lainnya, sehingga kondisi jasmaninya tetap terjaga, tutup Kapten Cpm Suparmin.

(Arda 72).